Focus sur… la myopie

La myopie chez les jeunes en plein boum !

Si l'on veut éviter une progression de la myopie chez les jeunes comme celle observée dans certains pays asiatiques (Taïwan, Singapour, Hong Kong) qui atteint aujourd'hui plus de 80% des jeunes adultes, il ne faut plus perdre de temps.

Pouvant apparaitre chez l'enfant durant les années de classe primaire, la myopie se développe généralement à la puberté au moment de la croissance et progresse jusqu'à l'âge adulte. Moments essentiels de la vie d'un enfant en construction, les études peuvent être lourdement impactées par un problème de vue comme la myopie.

De plus, les enfants qui souffrent de myopie de façon précoce sont plus susceptibles d'être touchés par une myopie sévère. Celle-ci est un facteur de risque pour des affections importantes : décollement de la rétine, glaucome, cataracte précoce, cécité…

Quelques conseils…

Afin de préserver la santé visuelle des jeunes, des comportements favorables sont à mettre en place, dès le plus jeune âge.

- **Eviter les expositions prolongées et répétées aux écrans**
- **S'exposer suffisamment à la lumière naturelle**
- **Contrôler la vue régulièrement chez un professionnel de santé**

Dans la 6ème année de l'enfant, un examen de santé est effectué à l'école par la PMI ou la médecine scolaire.
A l'occasion de ces examens, un repérage des troubles sensoriels est réalisé. Par la suite, il revient aux parents de faire faire régulièrement des bilans visuels à leurs enfants.

Les remboursements optiques

Entre 6 et 18 ans, la Camieg permet d'obtenir le remboursement d'une paire de lunettes par an, comprenant les verres et la monture. Le montant du remboursement est fixé pour la monture et varie en fonction du degré de correction pour les verres.

Pour plus de renseignements concernant la prise en charge des équipements optiques, consultez le site www.camieg.fr
> rubrique assurés > soins et prise en charge > garanties.

CONTACT Camieg : 0811 709 300
du lundi au vendredi de 8h30 à 17h
(prix d'un appel local depuis un poste fixe)

Sources :
-L'ASNAV (Association Nationale pour l'Amélioration de la Vue) – asnav.org
-Science et Vie

Antenne Aquitaine Camieg
4 rue Eugène et Marc Dulout – 33600 PESSAC

aquitaine_prevention@camieg.org

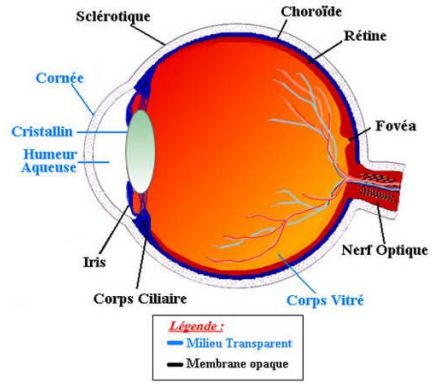
Prévention Santé
VISION

PRESERVEZ LA VUE DE VOS ENFANTS !

camieg.fr

Caisse d'Assurance Maladie
des Industries Électriques et Gazières

Le système visuel : mode d'emploi



VOIR NET

Afin que l'œil transmette au cerveau une information de bonne qualité, l'image d'un objet doit se former sur la rétine. Dans ce cas, l'œil est emmétrope (sans défaut visuel). La position de l'image dépend de la puissance de l'œil et de sa taille.

VOIR DE PRES

Lorsque l'objet se rapproche de l'œil, son image passe derrière la rétine. Elle n'est donc plus vue nette et l'œil doit faire un effort pour replacer cette image sur la rétine. Le cristallin se déforme alors pour augmenter la puissance de l'œil. C'est l'accommodation.

VOIR SIMPLE

Pour voir simple, les deux yeux regardent la même chose en même temps. Lorsqu'un objet se rapproche, les yeux tournent vers l'intérieur. C'est la convergence.

VOIR EN RELIEF

Pour avoir une bonne vision du relief, les deux yeux doivent fournir deux images : en même temps, qui se ressemblent, mais sont légèrement décalées.

L'œil capte donc les images qui sont analysées au sein même de la rétine en zone de contraste. Le résultat de ce traitement est envoyé au reste du système visuel. Ce dernier est le seul système sensoriel à être directement connecté, à travers le nerf optique, au cerveau, dû à la nécessité de traiter rapidement l'information visuelle.

Quelques troubles de la vue

L'hypermétropie, une mise au point permanente

L'œil est trop petit, la personne voit bien de près et bien de loin. Souvent l'hypermétropie passe inaperçue car le cristallin effectue un travail permanent d'accommodation. Mais au fil des années, il a du mal à s'accommoder, la vision devient floue de près, puis de loin.
L'hypermétrope se fatigue plus vite, avec parfois de forts maux de tête. Il peut être agité et connaître des problèmes de concentration en fin de journée.

L'astigmatisme, une erreur de parrallaxe

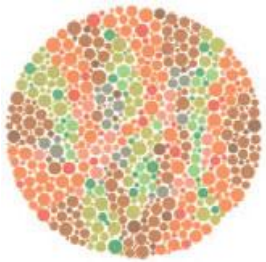
La vision est déformée, floue, dédoublée de près comme de loin, plus ou moins brouillée. Un sujet atteint d'astigmatisme ne perçoit pas nettement les contrastes quelle que soit la distance. Il confond certaines lettres : P et B ; O et C ; H et N.
Globalement, à différents degrés, la vision d'un astigmate n'est jamais excellente sans être pour autant vraiment mauvaise de près comme de loin.

La myopie, un mauvais réglage

L'œil est trop grand, le sujet voit bien de près mais mal de loin. Souvent héréditaire, la myopie apparait durant les années de primaire et peut nettement se développer à la puberté au moment de la croissance.
Le myope fait des fautes en recopiant, il écrit le nez sur son cahier…

Les dyschromatopsies : confusion des couleurs

Chez certains enfants, souvent les garçons, des problèmes de vision des couleurs peuvent exister. Les enfants voient deux couleurs différentes de la même façon. Ce problème passe inaperçu sauf à placer les couleurs confondues côte à côte ou l'une sur l'autre. Par contre quand les couleurs sont isolées, les enfants les reconnaissent parfaitement.



Que voyez-vous ?

Rien : votre vision des couleurs semble normale.

Le nombre 45 : vous présentez peut-être une anomalie.

L'importance de bien voir

Votre enfant a des difficultés scolaires ?
Il faut savoir que 80% des informations liées à l'apprentissage passent par la vue.

Les troubles visuels non corrigés peuvent alors perturber la scolarité de l'enfant, en particulier au moment d'apprendre à lire et à écrire. D'ailleurs, 30% des cas d'échecs scolaires dans l'enseignement primaire seraient dus à une détection tardive d'un problème de vue, comme par exemple la myopie. (*Source : Question publiée au JO le 26/05/2015 – M. Zumkeller).*

Quelle que soit l'activité, le travail scolaire exige donc une vue parfaite, or les symptômes de certaines anomalies peuvent être confondus avec d'autres troubles.

Certains signes peuvent être annonciateurs de troubles visuels…

- On cligne, on plisse ou se frotte les yeux
- On se rapproche du cahier pour écrire
- On écrit de travers en confondant les lettres
- On est inattentif à partir de 15h
- On a souvent mal à la tête
- On est gêné par la lumière

… il ne faut donc pas tarder à consulter.